

это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

Основными показателями психологической адаптации ребенка к школе являются:

- формирование адекватного поведения;
- установления контакта с учащимся, учителем;
- овладение навыками учебной деятельности.
- дети быстро вливаются в коллектив
- спокойны, доброжелательны
- выполняют требования учителя

Если вовремя не разобраться в причинах, не скорректировать затруднения адаптации, то это может привести к педагогической запущенности, задержке психологического развития, срыву и стойкому нарушению эмоционального состояния, может перейти в нервно-психологическую патологию.

Литература

1. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? — М.: Просвещение, 2006.- 176 с.
2. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста./Под ред. М.В. Антроповой, М.М.Кольцовой.- М.: Педагогика, 1983. – 160 с.
3. Адаптация организма школьников к учебным и физическим нагрузкам. /Под ред. А.Г.Хрипковой.-М.:Педагогика,1982.-240 с.

УДК 159.9

*Х.А.Шарабарина, студент
Н.В.Басалаева, к.п.н., доцент
ЛПИ – филиал СФУ
г. Лесосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ПОДРОСТКАМИ, СКЛОННЫМИ К СУИЦИДАЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Аннотация. В статье анализируется проблема суицидального поведения подростков. Обозначены особенности подросткового возраста. Указаны отличительные признаки возможной склонности к суицидальному поведению. Подробно рассмотрены основные виды профилактики суицидального поведения среди подростков, предложены виды работ по предотвращению суицидального поведения и нормализации психического состояния подростков.

Ключевые слова: суицидальное поведение, подростки, профилактика суицида, работа с подростками

FEATURES OF PREVENTIVE WORK WITH TEENAGERS INCLINED TO SUICIDAL BEHAVIOUR

Annotation. The article analyzes the problem of suicidal behavior of teenagers. Marked characteristics of teenagers. Shown features of possible propensity to suicidal behavior. Considered in detail the main types of prevention of suicidal behavior among teenagers offered kinds of works to prevent suicidal behavior and normalization of mental status of teenagers.

Key words: suicidal behavior, teenagers, suicide prevention, work with teenagers

Проблема подросткового суицида является одной из наиболее серьезных проблем современного общества. Суицид - это форма поведенческой и психической активности, целью которой выступает добровольное самоуничтожение. В России, за последние 6-7 лет, частота суицидов составила 19-20 случаев на 100 тысяч подростков. Более 90% случаев самоубийств связаны с неблагополучием в семье, пьянством, финансовыми трудностями, жестокостью родителей. В общей сложности 45 % девушек и 27 % юношей в России задумывались о самоубийстве. Опросы, проведенные в различных странах мира, показывают, что до 80 % подростков периодически задумываются о том, чтобы покончить с собой [3]. Средний показатель в мире - 7 случаев на 100 тысяч. Это выводит нашу страну на одно из первых мест в списке стран, где подросткам наиболее свойственно суицидальное поведение [1]. Такая статистика подтверждает актуальность проблемы, а также говорит о необходимости проведения профилактической работы с подростками.

Следует отметить, что именно подростковый возраст имеет определенные особенности, которые в большей мере способствуют возникновению суицидального поведения. В первую очередь, подростковый возраст связан с перестройкой организма ребенка - половым созреванием. Резко начавшееся психическое и физическое развитие подростка тяжело сказывается на его обычной жизни. Подростки испытывают постоянные перепады настроения, а неудачи в школе, проблемы в общении, в семье и многое другое делают период еще более сложным для личности. Подросток часто не в состоянии справиться со своими переживаниями, поэтому ему необходима помощь специалистов.

Л.Б. Шнейдер выделил несколько признаков, которые могут свидетельствовать о суицидальных настроениях:

1. Открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством знакомым, в письмах родственникам, любимым;
2. Косвенные «намекы» на возможность суицидальных действий;
3. Активная предварительная подготовка, целенаправленный поиск средств (собираание таблеток, хранение отравляющих веществ, жидкостей и т. п.);

4. Фиксация на примерах самоубийств (частые разговоры о самоубийствах вообще);
5. Символическое прощание с ближайшим окружением (раздача личных вещей, фотоальбомов, часов ит. п.);
6. Изменившийся стереотип поведения: несвойственная замкнутость и снижение двигательной активности у подвижных, общительных; возбужденное поведение и повышенная общительность у малоподвижных и молчаливых;
7. Сужение круга контактов, стремление к уединению и другие [6].

В школе и других образовательных организациях необходим постоянный мониторинг психоэмоционального состояния учащихся. Крайне важно проводить наблюдение и за внешним видом учащихся: такие изменения как неряшливость у ранее аккуратных детей, пренебрежение внешним видом, появившаяся сутулость, наклонённая вниз голова, согнутые плечи, волочение ног могут быть еще одним признаком возможного суицидального поведения.

Наличие хотя бы одного из перечисленных выше признаков свидетельствует о необходимости профилактической работы по предотвращению суицидальных склонностей. Она включает множество аспектов: просветительскую работу с различными группами населения, образовательную и воспитательную работу, формирование мотивации [2]. К видам профилактики самоубийств подростков могут относиться: анализ актуальной ситуации развития подростка; совместная работа заинтересованных в профилактике организаций и ведомств по созданию программы помощи подросткам, склонным к суицидальному поведению; подготовка перечня и характеристик вероятных проблем; описание форм и методов работы, которые необходимо применять для решения этих проблем в разных типах и видах учреждений; разработка рекомендаций по психолого-педагогической поддержке подростков; использование средств массовой информации и др. [4]. Помимо этого, программа профилактики самоубийств обязательно должна включать: круглосуточную возможность обращения для нуждающихся; поиск групп суицидального риска; нахождение и мониторинг лиц, которые пытались совершить суицид ранее; телефонную службу помощи; консультативные службы; суточную госпитализацию или программу амбулаторной помощи; дневной стационар для суицидентов; программу частичной госпитализации в вечернее время; неотложную службу психиатрической помощи.

При непосредственном обнаружении склонностей к суицидальному поведению, а также в целях общей профилактики уместно также проводить обучение подростков навыкам релаксации, саморегуляции, снижения психоэмоционального напряжения в стрессовой ситуации. На уроках нужно проводить минутки психологической разгрузки, особенно в конце четверти и учебной недели. Использовать при проведении упражнений волонтерский принцип взаимного обучения - привлекать к проведению упражнений по очереди всех учеников класса.

В учебном процессе необходимо использовать образовательные возможности предметов - на уроках гуманитарного цикла говорить о ценности жизни, её неповторимости, уникальности, силе духа человека, преодолевающим самые тяжёлые жизненные ситуации. Можно использовать конкретные примеры из учебного материала: судьбы исторических личностей, литературных героев.

Для более успешной работы по предотвращению суицидального поведения необходимо также осуществлять семейную кризисную терапию, которая проводится для детей и членов их семей, а также в группах, составленных из конфликтных семей или пар, переживающих супружеский конфликт [5]. Данный вид работы поможет членам семьи найти взаимопонимание и устранить возникшие проблемы.

Таким образом, суицидальное поведение - актуальная проблема современного общества, которая не находит полноценного решения. Особое внимание привлекают самоубийства, совершенные в кризисном подростковом возрасте. Подростковый период очень сложен для каждого человека: в организме человека происходят коренные изменения, которые отражаются в его поведении и могут способствовать совершению самоубийства, поэтому необходимо проводить профилактическую работу с целью предотвращения суицидального поведения.

Литература

- 1.Алимова М.А. Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция. - Барнаул, 2014. - 100 с.
- 2.Положий Б.С., Панченко Е.А., Фритлинский В.С., Агеев С.Е., Григорьева М.В. Дифференцированная профилактика суицидального поведения: Методические рекомендации, - М.: ФГБУ «ГНЦССП им. В.П. Сербского» Минздрава России, 2014. - 23 с.
- 3.Полушина А.В., Лесовская М.И. Суициды в подростковой среде как мольба о помощи // Современные наукоемкие технологии №7-2, — М.: Академия Естествознания. — 2013. — С. 153-155
- 4.Синягина Н.Ю. Детский суицид: результаты исследования// Психологические аспекты детского суицида: технологии профилактики: Сборник материалов международной научно-практической конференции. -2013. - С.90-99
- 5.Старшенбаум Г. Суицидология и кризисная психотерапия, Серия: Клиническая психология. — М.:Когнито-Центр, 2005. — 376 с.
- 6.Шнейдер Л.Б. Девiantное поведение детей и подростков. - М.: Академический Проект, 2007. — 336 с.